

TENDINITE

Aluna: Roxanne Beal Acosta

Orientador : Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia

É uma inflamação do tendão, uma estrutura fibrosa que une o músculo ao osso. Pode causar algum tipo de lesão de uso ou envelhecimento, pode ser vista em pessoas que possuem doenças como artrite reumatoide e diabetes.

A tendinite pode surgir em qualquer tendão. Mas em alguns locais mais afetados incluem cotovelos, ombro e pulso.

SINTOMAS:

Causa dor e sensibilidade no tendão, na articulação onde se tem movimento.

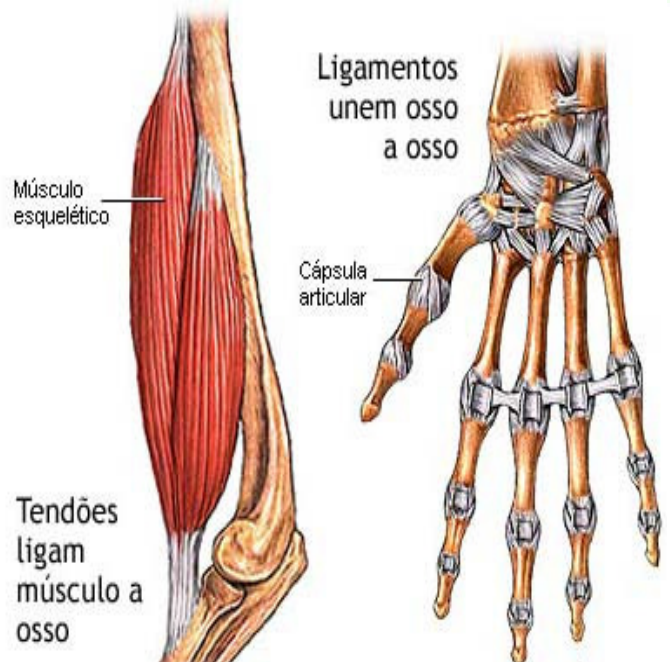
TRATAMENTO:

Para acalmar a dor precisa-se aliviar e reduzir a inflamação, também é preciso repousar, e evitar movimentos aumentam a dor. Pode se usar medicamentos como anti-inflamatórios que irão ajudar na diminuição da dor e do edema local.

A massoterapia ajuda a melhorar e acelerar a cura, assim como a acupuntura outros recursos terapêuticos também são indicadas para auxiliar no tratamento.

A tendinite esta ligada a varias atividades de trabalho ou lazer como jogadores de futebol, handebol, vôlei, feirantes, estivadores e até mesmo dançarinos. Também pessoas que trabalham na área de informática tem apresentado esse problema, com o esforço repetido dos digitadores no teclado.

Sem contar os pianistas, que por estudo sistemático de suas partituras musicais podem ser acometidos de tendinite. Todas essas áreas podem estar relacionadas a esforços demasiados ou repetitivos. (LER: Lesões por Esforço Repetitivo).



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br